7 Consejos de Diabetes Mellitus Tipo 2 y Ayuda para Diabeticos

Estos Consejos te Ayudaran a Controlar la Diabetes Mellitus Tipo 2

La diabetes y el exceso de azúcar en la sangre en latinoamerica, está en marcha! En México, el 7,0% de los hombres y el 7,4% de las mujeres mayores de 18 años padecen de diabetes mellitus y las cifras siguen aumentando significativamente.

Consejos de Diabetes Mellitus Tipo 2

Diabetes mellitus tipo 2, comúnmente conocida como diabetes, significa que nuestras células tienen un problema con el procesamiento del azúcar. Falta de insulina o las células están saturadas de azúcar (glucosa).

Los siguientes consejos le ayudarán a controlar la diabetes mellitus tipo 2:

1. Cambio de Dieta

Este es el consejo más importante para la diabetes. Todo lo demás es una farsa, si no empiezas por aquí. La experiencia ha demostrado que una dieta que contenga menos de 10 UP (unidades de pan) conduce casi automáticamente a la diabetes. Sin embargo, lo peor que un diabético puede hacer es comprar productos ligeros o productos para diabéticos.

Esto se puede lograr mejor mediante un cambio controlado en la dieta. He tenido mis mejores experiencias con el tratamiento Revierta la Diabetes de Sergio Russo.

La máxima prioridad para todos los diabéticos debe ser: bajar los carbohidratos y no creer a nadie que le diga:”La dieta no es importante” – “¡El pie o la pierna no se amputa en 5 de 15 personas!”

Haga clic aquí para leer todo el artículo